

FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA LANSIA DI WILAYAH PUSKESMAS SEBAKABUPATEN SABU RAIJUA TAHUN 2022

Ninda Ayu Lestari Ully¹ Agus Setyobudi² Ribka Limbu³
^{1,2,3} Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Nusa Cendana Kupang

ABSTRACT

At the Seba Health Center, the prevalence of cases of hypertension was 15,1% in 2019; this number rose to 18,9% in 2021. The goal of this study was to examine the variables influencing the prevalence of hypertension in elderly people in the Seba Health Center neighborhood of the Sabu Raijua Regency in 2022. Analytical observational study with a case-control study design is the sort of research being done. Throughout the months of November and December 2022, the study was done in the Sabu Raijua Regency's Seba Health Center workplace. Interviews were used to gather data, while documentation and questionnaires were also used. The link between independent factors and the dependent variable was examined using the Chi-square test. Chi-square test results showed a significant correlation between caffeine intake ($p=0.0100.05$), obesity ($p=0.0180.05$), stress ($p=0.0350.05$), and consumption of fatty foods ($p=0.0090.05$) and the prevalence of hypertension in the elderly. While there was no correlation between the incidence of hypertension in the elderly and smoking or alcohol use ($p=0.600>0.05$), there was a correlation between the two ($p=0.429>0.05$). According to the research findings, there is no substantial relationship between smoking or alcohol use and the prevalence of hypertension, but there is a strong relationship between coffee drinking, obesity, stress, and consumption of fatty foods with the incidence of hypertension.

Keywords: Hypertension Incident, Elderly

A. PENDAHULUAN

Pengertian hipertensi atau tak jarang dikenal dengan tekanan darah tinggi ialah naiknya tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg juga tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg ketika 2 kali pembacaan dengan selang waktu lima menit pada saat istirahat atau pada keadaan tenang. Jika tidak diidentifikasi dan ditangani dengan tepat, tekanan darah tinggi yang berkesinambungan bisa membahayakan ginjal (mengakibatkan gagal ginjal), jantung (mengakibatkan penyakit jantung koroner), dan otak (mengakibatkan stroke). Tekanan darah yang tidak terkontrol mempengaruhi banyak pasien dan penderita hipertensi, juga kuantitasnya selalu bertambah (Depkes RI, 2013). Organisasi Kesehatan Dunia atau yang biasa disebut WHO melaporkan bahwa Amerika memiliki prevalensi hipertensi terendah (35%), sedangkan wilayah Afrika memiliki prevalensi hipertensi terbesar (46%), dengan hingga 36% individu di Asia Tenggara menderita hipertensi. kondisi (WHO, 2013).

Angka hipertensi dewasa di Indonesia naik mulai 8% saat tahun 1995 menjadi 32% saat tahun 2008. (WHO, 2013). Prevalensi hipertensi turun dari 29,8% (Riskesdas, 2007) diangka 25,8% (Riskesdas, 2013), kemudian naik lagi saat tahun 2018. Menurut statistik Riskesdas 2018 terbaru, prevalensi hipertensi di Indonesia mengalami kenaikan yang berada pada angka 34,1%. Menurut temuan Riskesdas 2018, prevalensi hipertensi

di Provinsi Nusa Tenggara Timur (NTT) sebesar 7,2% atau 76.130 kasus. Di Provinsi NTT, hipertensi menempati urutan keempat penyakit terbanyak menurut statistik prevalensi hipertensi di Sabu Raijua pada tahun 2018 menurut diagnosis dokter sebesar 3,13% dan prevalensi menurut hasil pengukuran sebesar 24,6%.

Data yang diperoleh, pada tahun 2019 kasus hipertensi paling tinggi di Puskesmas Seba sebanyak 412 kasus (15,1%) disusuli oleh Puskesmas Eilogo sebanyak 370 kasus (13,5%), Puskesmas Daieko sebanyak 165 kasus (6,06%) dan pada tahun 2020 kasus hipertensi terbanyak masih berada di Puskesmas Seba, namun terjadi penurunan kasus menjadi 363 kasus (13,33%) sedangkan tahun 2021 kasus hipertensi terjadi peningkatan menjadi 469 kasus (18,9%). Berdasarkan informasi yang diperoleh, jumlah kasus hipertensi di Puskesmas Seba dominan dialami oleh perempuan (6%) di bandingkan oleh laki-laki (4%). Diketahui desa/kelurahan dengan kasus hipertensi terbanyak yaitu Kelurahan Mebba dengan kasus sebanyak 112 kasus, Desa Raemedia 97 kasus dan Desa Raeloro 90 kasus.

Karena mayoritas pada paruh baya atau lebih tua berisiko terkena hipertensi, kasus kondisi ini sering teridentifikasi pada pasien senior. Hilangnya elastisitas dinding aorta, penebalan dan kekakuan katup jantung, berkurangnya kapasitas jantung untuk memompa darah, hilangnya elastisitas arteri darah perifer, dan peningkatan resistensi pembuluh darah perifer semuanya berkontribusi terhadap hipertensi pada orang tua (Nurarif A.H. & Kusuma H., 2016). Kelompok umur 31 sampai 44 (31,6%), 45 sampai 54 (45,3%), dan 55 sampai 64 (55,2%) terkena hipertensi (Risikesdas Kemenkes RI, 2018). Data menunjukkan bahwa populasi lansia berusia 55 hingga 64 tahun memiliki prevalensi hipertensi terbesar.

Pada usia lanjut (lansia), hipertensi dapat disebabkan oleh berbagai faktor risiko, baik reversibel maupun ireversibel. Warisan, jenis kelamin, etnis, dan usia merupakan aspek yang menjadi risiko dan tidak bisa diubah. Selain penyebab utama hipertensi, aterosklerosis, yang didasarkan pada konsumsi terlalu banyak lemak dan menyebabkan pembuluh darah tersumbat, ada faktor risiko hipertensi lain yang dapat dimodifikasi, termasuk obesitas, kurang olahraga atau aktivitas, merokok, stres, dan kebiasaan makan yang tidak benar (asupan lemak yang berlebih) (Sutanto, 2010).

Mengetahui aspek risiko hipertensi diharapkan dapat membantu penderitanya untuk melakukan pencegahan dini agar tidak terjadi komplikasi yang merupakan faktor penting terjadinya hipertensi. Sebab hal tersebut, penulis menganjurkan untuk penelitian selanjutnya mengidentifikasi penyebab hipertensi geriatri di wilayah pelayanan Puskesmas Seba Kabupaten Sabu Raijua agar dapat dilakukan penatalaksanaan sejak dini.

B. METODE PENELITIAN

Penelitian ini ialah penelitian observasional analitik juga desain studi kasus kontrol. Penelitian dilaksanakan pada bulan Februari hingga Desember 2022 dan melalui beberapa tahapan, antara lain pengajuan topik penelitian, Menyusun draft proposal, seminar/ujian proposal, pengumpulan data, pengolahan data, kompilasi hasil penelitian, hasil ujian dan ujian sarjana (skripsi). Hal itu juga dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Seba Kabupaten Sabu Raijua Populasi penelitian terdiri dengandua kelompok yaitu populasi kasus dan populasi kontrol. Populasi kasus terdiri dari sejumlah

lansia berusia 60 sampai 74 tahun yang berobat ke Puskesmas Seba, didiagnosis hipertensi pada tahun 2021, dan sedang/pernah minum obat. Populasi kontrol adalah seluruh lansia di wilayah operasi Puskesmas Seba yang diperiksa tekanan darahnya tetapi tidak memiliki hipertensi. 60 sampel yang digunakan dalam investigasi ini dibagi menjadi 30 kasus dan 30 kontrol. Variabel bebas penelitian meliputi pekerja lanjut usia di Puskesmas Seba Kabupaten Sabu Raijua wilayah kerja tahun 2022 pola penggunaan kafein, obesitas, tingkat stres, perilaku merokok dan minum, serta asupan makanan berlemak. Kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Seba Kabupaten Sabu Raijua tahun 2022 merupakan variabel dependen dalam penelitian ini. Melalui observasi partisipan dan wawancara terhadap responden, digunakan pendekatan pengumpulan data. Pendekatan analitik bivariat dan univariat digunakan untuk melakukan analisis uji *chi-square*.

C. HASIL PENELITIAN

1. Karakteristik Responden

Tabel 1 Distribusi karakteristik responden berdasarkan umur dan jenis kelamin di wilayah kerja Puskesmas Seba Kabupaten Sabu Raijua tahun 2022

Karakteristik Lansia	Jumlah	Persentase %
Umur		
60-66 tahun	32	53,33
67-74 tahun	28	46,66
Total	60	100
Jenis Kelamin		
Laki-laki	28	46,7
Perempuan	32	53,3
Total	60	100

Berdasarkan pada Tabel 1 menunjukkan bahwa 32 responden, atau 53,33% dari total, berusia antara 60 dan 66 tahun, dan 53,3 persen responden adalah perempuan.

2. Hasil

Tabel 2 Analisis hubungan faktor kebiasaan konsumsi kafein dengan kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Seba Kabupaten Sabu Raijua tahun 2022

Kebiasaan konsumsi kafein	Kejadian hipertensi				Total		P-Value	OR (95%) CI
	Kasus	%	Kontrol	%	n	%		
Beresiko	20	66,7	9	30	29	48,3	0,010	4,667 1,571- 13,866
Tidak beresiko	10	33,3	21	70	31	51,7		
Total	30	100	30	100	60	100		

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa 20 responden (66,7%) yang melaporkan memiliki kebiasaan mengkonsumsi kafein juga melaporkan mengalami hipertensi,

sedangkan 10 responden (33,3%) yang tidak melaporkan memiliki kebiasaan mengkonsumsi kafein juga melaporkan mengalami hipertensi. Mengingat bahwa uji statistik menghasilkan nilai $p = 0,010$, dapat ditarik kesimpulan bahwa prevalensi hipertensi dan penggunaan kafein berhubungan. Temuan analisis mengungkapkan OR 4,667, menunjukkan kemungkinan 4,667 persen hipertensi pada orang dewasa yang lebih tua yang secara rutin menggunakan kopi.

Tabel 3 Analisis hubungan faktor obesitas dengan kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Seba Kabupaten Sabu Raijua tahun 2022

Obesitas	Kejadian hipertensi				Total		P-Value	OR (95%) CI
	Kasus	%	Kontrol	%	n	%		
Obesitas	17	56,7	7	23,3	24	40	0,018	4,297 1,413- 13,068
Tidak Obesitas	13	43,3	23	76,1	36	60		
Total	30	100	30	100	60	100		

Berdasarkan Tabel 3, terdapat 17 responden (56,7%) yang mengalami obesitas dan mengalami hipertensi, dan terdapat 13 responden (43,3%) yang tidak obesitas namun mengalami hipertensi. Informasi ini berasal dari analisis aspek obesitas yang mempunyai kaitan pada peningkatan risiko hipertensi. Dari hasil uji statistik terlihat jelas bahwa ada korelasi antara obesitas dengan prevalensi hipertensi ($p = 0,018$). Hasil analisis menunjukkan OR sebesar 4,297, yang menunjukkan kalau orang lanjut usia yang gemuk mempunyai risiko 4,297 untuk menderita hipertensi.

Tabel 4 Analisis hubungan faktor stres dengan kejadian hipertensi hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Seba Kabupaten Sabu Raijua tahun 2022

Stres	Kejadian hipertensi				Total		P-Value	OR (95%) CI
	Kasus	%	Kontrol	%	n	%		
Stres	16	53,3	7	23,3	23	38,3	0,034	3,755 1,239- 11,385
Tidak Stres	14	47,7	23	76,7	37	61,7		
Total	30	100	30	100	60	100		

Berdasarkan tabel 4 diketahui bahwa hasil analisis faktor stres yang beresiko terhadap kejadian hipertensi di dapatkan ada sebanyak 16 orang (53,3%) responden yang mengalami stres dan hipertensi, dan ada 14 responden (47,7%) yang tidak mengalami stres tetapi hipertensi. Karena nilai $p = 0,034$ untuk uji statistik, dapat ditarik kesimpulan bahwa stres dan prevalensi hipertensi berhubungan. Temuan analisis mengungkapkan nilai OR 3,755, menunjukkan kemungkinan 3,755 persen hipertensi pada orang tua yang mengalami stres.

Tabel 5 Analisis faktor kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Seba Kabupaten Sabu Raijua tahun 2022

Kebiasaan merokok	Kejadian hipertensi				Total		P-Value	OR (95%) CI
	Kasus	%	Kontrol	%	n	%		
Beresiko	11	36,7	14	46,7	25	41,7	0,600	0,662 0,236- 1,858
Tidak beresiko	19	63,3	16	53,3	35	58,3		
Total	30	100	30	100	60	100		

Berdasarkan tabel 5, penelitian tentang perilaku merokok yang berhubungan dengan peningkatan risiko terjadinya hipertensi diketahui bahwa 11 responden (36,7%) memiliki kebiasaan merokok dan mengalami hipertensi, sedangkan 19 responden (63,3%) tidak percaya bahwa merokok menyebabkan hipertensi. . Berdasarkan nilai p dari uji statistik, jelas bahwa tidak memiliki hubungan diantara penggunaan kafein dengan prevalensi hipertensi. Sebagai konsekuensi dari penelitian tersebut, nilai OR ditentukan menjadi 0,662, yang menunjukkan bahwa perokok senior memiliki kemungkinan 0,662 persen terkena hipertensi.

Tabel 6 Analisis hubungan faktor konsumsi alkohol dengan kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Seba Kabupaten Sabu Raijua tahun 2022

Konsumsi Alkohol	Kejadian hipertensi				Total		P-Value	OR (95%) CI
	Kasus	%	Kontrol	%	n	%		
Beresiko	10	33,3	14	46,7	24	40	0,429	0,571 0,201- 1,624
Tidak beresiko	20	66,7	16	53,3	36	60		
Total	30	100	30	100	60	100		

Berdasarkan tabel 6 diketahui bahwa 10 responden (33,3%) yang memiliki kebiasaan minum juga mengalami hipertensi, dan 20 responden (66,7%) yang tidak, menurut pemeriksaan karakteristik yang berhubungan dengan konsumsi alkohol yang berhubungan dengan peningkatan risiko mengembangkan kondisi tersebut. Tidak ada hubungan antara kebiasaan minum dan prevalensi hipertensi, berdasarkan hasil uji statistik didapatkan nilai p sebesar 0,429. Menurut temuan analisis, kemungkinan peminum senior terkena hipertensi adalah 0,571, atau satu dari lima tujuh.

Tabel 7 Analisis hubungan faktor konsumsi makanan berlemak dengan kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Seba Kabupaten Sabu Raijua tahun 2022

Konsumsi makanan berlemak	Kejadian hipertensi				Total		P-Value	OR (95%) CI
	Kasus	%	Kontrol	%	n	%		
Beresiko	18	60	7	23,3	25	41,7	0,009	4,929 1,612- 15,071
Tidak beresiko	12	40	23	76,3	35	58,3		
Total	30	100	30	100	60	100		

Berdasarkan tabel 7 diketahui bahwa 18 responden (60,0%) memiliki kebiasaan makan makanan berlemak dan mengalami hipertensi, sedangkan 12 responden (40,0%) tidak memiliki kebiasaan makan makanan berlemak dan mengalami hipertensi. Temuan ini berasal dari analisis konsumsi makanan berlemak yang berisiko terhadap kejadian hipertensi. Mengingat bahwa uji statistik menghasilkan nilai $p = 0,009$, dapat ditarik kesimpulan bahwa makan makanan berlemak secara teratur dan kemungkinan mengembangkan hipertensi berhubungan. Menurut temuan analisis, ada kemungkinan 4,929 persen orang lanjut usia yang rutin mengonsumsi makanan berlemak akan mengalami hipertensi.

D. PEMBAHASAN

1. Analisis Hubungan antara Faktor Kebiasaan Konsumsi Kafein dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Wilayah Puskesmas Seba Kabupaten Sabu Raijua Tahun 2022

Komponen utama kopi, yaitu kafein, merupakan stimulan dengan sifat adiktif yang jika dimakan secara berlebihan dan berulang-ulang akan menimbulkan efek negatif pada sistem kardiovaskular, termasuk detak jantung dan tekanan darah (Salma, 2016). Asupan kopi berat jangka panjang telah dikaitkan dengan peningkatan risiko penyakit kardiovaskular dan hipertensi.

Menurut temuan penelitian dari Puskesmas Seba Kabupaten Sabu Raijua, terdapat hubungan antara pola konsumsi kopi lansia dengan prevalensi hipertensi. Ketika para peneliti bertanya kepada orang tua tentang pola asupan kafein mereka dalam wawancara, mereka menemukan bukti yang menguatkan hal ini. Sama halnya dengan penelitian Warni dkk tahun 2020, ada korelasi antara perilaku konsumsi kopi atas risiko hipertensi di Puskesmas Daya Murni Kabupaten Tulang Bawang Barat tahun 2018 (p -value:0.000 dan OR=5.917), terhadap hasil analisis bivariat menggunakan uji Chi-Square. Menurut temuan penelitian, kebiasaan konsumsi kopi dan kemungkinan hipertensi akan berkembang pada individu hipertensi saling terkait.

Penelitian Noerinta (2018), yang menemukan hubungan antara konsumsi kopi dan prevalensi hipertensi pada orang tua, mendukung penelitian inidi Kelurahan Manisrejo Kota Madiun ($p = 0,05$). Ketika OR adalah 8.500, itu

menunjukkan bahwa mereka yang minum kopi 8.500 kali lebih mungkin terkena hipertensi daripada mereka yang tidak. Di Puskesmas Daya Murni Kabupaten Tulang Bawang Barat tahun 2018, peneliti melihat hubungan perilaku konsumsi kopi dengan risiko hipertensi. Mirip dengan studi Warni et al 2020, temuan mereka menunjukkan bahwa ada hubungan (p -value: 0,000 dan $OR=5,917$).

Konsumsi kopi yang berlebihan dalam jangka yang panjang dan jumlah yang banyak diketahui dapat meningkatkan risiko penyakit hipertensi atau penyakit kardiovaskuler. Hasil penelitian tersebut didukung ketika peneliti melakukan wawancara dengan lansia mengenai kebiasaan konsumsi kafein. Hasil dari pertanyaan kuesioner, banyak dari lansia yang kesehariannya mengkonsumsi kopi >2 gelas/hari serta jenis kopi yang sering dikonsumsi adalah jenis kopi bubuk (tugu buaya) dan sering dikonsumsi sebelum makan. Sebagian dari lansia tidak mengetahui akibat apabila mengkonsumsi kopi secara berlebihan. Hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa konsumsi kopi menjadi faktor resiko kejadian hipertensi pada lansia di wilayah Puskesmas Seba.

2. Analisis Hubungan antara Faktor Obesitas dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Wilayah Puskesmas Seba Kabupaten Sabu Raijua Tahun 2022

Efek dari obesitas tubuh mungkin termasuk hipertensi dan tekanan darah tinggi. Mereka yang kelebihan berat badan atau obesitas seringkali mengalami resistensi insulin akibat lemak visceral. Obesitas dapat mengakibatkan hipertensi, atau peningkatan tekanan darah, akibat timbunan lemak dapat memperlambat pembuluh darah dan membuat aliran darah tidak memadai, yang memaksa jantung bekerja lebih keras dengan tujuan mengimbangi aliran darah yang tidak memadai (Imelda, 2020).

Temuan penelitian menunjukkan adanya hubungan antara faktor obesitas dengan prevalensi hipertensi pada lansia di Puskesmas Seba. Ketika para peneliti berbicara dengan warga lanjut usia tentang keadaan obesitas mereka, temuan mereka dikonfirmasi. Menurut pola makan sehari-hari lansia yang banyak makan gorengan dan bersantan, lansia pada umumnya mengalami obesitas. Mereka sering melakukan sedikit latihan fisik, yang menyebabkan mereka membakar terlalu sedikit kalori dan energi, yang dapat menyebabkan penambahan berat badan. Peningkatan volume darah karena pertumbuhan berat badan membuat lebih banyak tekanan pada kemampuan jantung untuk memompa darah, yang menyebabkan hipertensi. Sebagai konsekuensi dari temuan penelitian tersebut, dapat dikatakan bahwa lemak meningkatkan kemungkinan lansia di Puskesmas Seba terkena hipertensi pada tahun 2022.

Penelitian ini didukung oleh penelitian sebelumnya, khususnya penelitian Qurotul dari tahun 2021, yang menemukan bahwa obesitas status dan prevalensi hipertensi pada lansia di Puskesmas Sukajadi memiliki keterkaitan. Uji Chi Square menghasilkan nilai p Sig. 0,050 0,05. Selain itu, nilai OR sebesar 2,641 (95% $CI=1,094-6,371$) menunjukkan bahwa lansia yang mengalami obesitas (indeks massa tubuh ≥ 25) lebih mungkin untuk mengalami hipertensi dibandingkan lansia yang tidak gemuk (indeks massa tubuh 25). Studi Triandini tahun 2022 di Puskesmas DuaPuluh TigaIlir Kota Palembang mengungkapkan bahwa hasil uji Chi-Square diperoleh nilai p .value 0,030 = 0,05, jadi bisa disimpulkan kalau ada hubungan antara obesitas dengan kejadian hipertensi, yang ditunjukkan secara statistik.

Dilihat dari pola makan lansia sehari-hari yang sering mengonsumsi makanan bersantan dan gorengan menyebabkan lansia tersebut obesitas, seringnya mengonsumsi makanan berlemak dapat meningkatkan berat badan seseorang. Jika berat badan bertambah, volume darah akan bertambah pula, sehingga beban jantung untuk memompa darah juga akan meningkat, sehingga akan menyebabkan hipertensi

3. Analisis Hubungan antara Faktor Stres dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Wilayah Puskesmas Seba Kabupaten Sabu Raijua Tahun 2022

Stres adalah adaptasi terhadap tekanan yang bermanifestasi sebagai reaksi fisiologis, psikologis, dan perilaku. Hormon adrenalin dikeluarkan oleh ginjal sebagai respons terhadap stres, yang mengakibatkan naiknya tekanan darah dan mengentalkan darah (Imelda, 2020).

Hasil uji *Chi Square* pada penelitian ini menunjukkan adanya korelasi antara stressor dengan prevalensi hipertensi pada lansia di Puskesmas Seba. Temuan analisis menunjukkan bahwa orang tua yang merasa stres memiliki kemungkinan 3,75 kali lebih tinggi terkena hipertensi. Pengamatan stres masyarakat dapat muncul dari berbagai beban mental yang dialami masyarakat. Banyak individu yang masih sulit mengelola emosinya ketika terjadi masalah dalam keluarga (perbedaan pendapat antara suami dan istri) atau di lingkungan sekitar yang membuat mereka stres. Perkelahian dan perselisihan sering terjadi karena jelas bahwa dia sering menjadi marah dan kehilangan kendali emosi saat menghadapi masalah tersebut.

Penelitian Imelda di Puskesmas Lubuk Minturun tahun 2020 menguatkan temuan penelitian ini. Berdasarkan hasil analisis statistik, tingkat stres berpengaruh besar terhadap prevalensi hipertensi pada lansia ($p\text{-value} = 0,011$; $p < 0,05$). Menurut penelitian Ulfa tahun 2017 di UPT Puskesmas Cileungsi Kabupaten Bogor, hasil uji statistik didapatkan nilai $p\text{-value}$ sebesar 0,001 yang menunjukkan adanya hubungan yang kuat antara stres dengan prevalensi hipertensi pada lansia.

Hasil observasi stres pada masyarakat dapat disebabkan karena berbagai hal yang dapat membebani pikiran individu tersebut. Masih banyak ditemukan masyarakat jika terjadi suatu permasalahan dalam lingkungan keluarga (perbedaan pendapat antara suami dan istri) maupun di lingkungan masyarakat, masih kurang baik dalam mengontrol emosinya yang mengakibatkan individu tersebut stres. Hal ini terlihat sering marah dan tidak dapat mengontrol emosinya dalam mengatasi masalah tersebut, sehingga sering terjadi perkelahian dan perdebatan.

4. Analisis Hubungan antara Faktor Kebiasaan Merokok dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Wilayah Puskesmas Seba Kabupaten Sabu Raijua Tahun 2022

Penyebab utama peningkatan tekanan darah dan kerusakan arteri jantung adalah merokok. Perokok mungkin mengalami peningkatan detak jantung hingga 30% (Purwanti, 2018). Merokok adalah aspek risiko yang bisa dikonversi, dan hubungan antara merokok dan hipertensi adalah bahwa nikotin, yang diserap oleh kapiler darah kecil di paru-paru dan selanjutnya dipindahkan ke otak melalui pembuluh darah dalam rokok, dapat meningkatkan tekanan darah atau menghasilkan hipertensi (adrenalin).

Hasil uji *Chi Square* dalam penelitian ini memperlihatkan kalau tidak ada korelasi antara perilaku merokok pada prevalensi hipertensi untuk pasien lanjut usia di Puskesmas Seba. Menurut temuan pengamatan penelitian ini, banyak orang yang merokok, terutama laki-laki. Mayoritas para lelaki tua yang merokok menggunakan filter dan rokok buatan tangan yang dibuat dari daun lontar kering yang dibungkus, dengan tembakau diletakkan di tengah gulungan. Ada 20 pria lanjut usia yang merokok dan 8 orang yang tidak. Beberapa responden mengatakan bahwa mereka merokok setelah makan atau saat bersantai dan memberi tahu tetangga lain tentang kebiasaan mereka yang sudah mereka lakukan selama sekitar 30 tahun. Karena sudah mendarah daging dalam rutinitas sehari-hari saat istirahat dan bekerja, responden merasa sangat sulit untuk mengubah perilaku tersebut.

Menurut penelitian Imelda, menunjukkan kalau merokok tidak memiliki korelasiasat prevalensi hipertensi. Hasil penelitian ini bertolak belakang dengan penelitian yang dilakukan oleh Kartika pada tahun 2021 yang mengungkapkan bahwa hasil uji chi square diperoleh nilai $p = 0,027$ atau nilai $p 0,05$, sehingga bisa ditarik kesimpulan bahwa aspek merokok memiliki hubungan dengan risiko hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Rawang Sungai Full City tahun 2020. Hasil analisis menunjukkan nilai OR sebesar 2,273, dimana nilai yang lebih besar dari 1 menunjukkan peningkatan risiko hipertensi sebesar 2,273 kali lipat akibat merokok.

Berdasarkan hasil observasi dalam penelitian ini ditemukan masyarakat memiliki kebiasaan merokok terutama pada laki-laki. Jumlah lansia laki-laki yang merokok sebanyak 20 orang dan yang tidak merokok sebanyak 8 orang serta jenis rokok yang sering adalah filter dan rokok buatan sendiri dari daun lontar yang dikeringkan lalu digulung, ditengah gulungan disisipkan tembakau. Menurut beberapa responden bahwa kebiasaan merokok mereka lakukan sudah cukup lama (± 10 tahun) dan dilakukan pada saat setelah makan atau sedang santai sambil bercerita dengan tetangga lain serta beberapa responden lainnya tidak merokok. Rata-rata responden mengkonsumsi rokok ± 5 batang/hari dan sudah mulai merokok semenjak umur ± 23 tahun. Tidak ada hubungan yang bermakna antara kebiasaan merokok dengan hipertensi disebabkan oleh besar sampel yang tidak mencukupi untuk menunjukkan hubungan pada penelitian ini. Perbedaan hasil penelitian ini dipengaruhi oleh beberapa unsur. Pertama, jika dilihat dari subjek penelitian berdasarkan karakteristik responden, mayoritas berjenis kelamin perempuan. Kedua, dari hasil wawancara terhadap responden bahwasanya mayoritas responden yang berjenis kelamin perempuan cenderung tidak merokok.

5. Analisis Hubungan antara Faktor Konsumsi Alkohol dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Wilayah Puskesmas Seba Kabupaten Sabu Raijua Tahun 2022

Penggunaan alkohol yang berlebihan dapat berdampak buruk bagi kesehatan, yang akan mengganggu dan membahayakan kerja berbagai organ tubuh, termasuk hati. Fungsi hati akan terpengaruh, yang akan merusak seberapa baik jantung bekerja. Hipertensi atau peningkatan tekanan darah akhirnya disebabkan oleh gangguan kinerja jantung (Memah et al, 2019).

Uji *Chi Square* dalam temuan penelitian ini mengungkapkan kalau tidak memiliki korelasi antara penggunaan alkohol dan prevalensi hipertensi pada pasien lanjut usia di Puskesmas Seba. Berdasarkan temuan pengamatan studi ini,

ditemukan bahwa individu seringkali hanya mengonsumsi alkohol/bir atau tuak (moke) pada acara-acara tertentu, seperti pernikahan dan pertemuan adat. Alkohol termasuk etanol, zat yang berpotensi menurunkan tekanan darah dan memiliki dampak vasodilatasi jangka panjang.

Berdasarkan temuan penelitian ini sejalan dengan penelitian Sugiyanto (2012) yang menyatakan tidak adanya hubungan yang signifikan antara konsumsi alkohol terhadap hipertensi dengan $p=1.000 > 0,05$, dapat disimpulkan bahwa minum alkohol bukan merupakan faktor risiko terjadinya hipertensi. Hasil penelitian ini kontras dengan penelitian Rahmadani pada tahun 2021 yang menemukan bahwa konsumsi alkohol dan hipertensi berkorelasi secara signifikan, dengan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$) dan mayoritas responden dengan hipertensi, atau 36 responden (47,4%), mengonsumsi alkohol tingkat tinggi.

Berdasarkan hasil observasi dalam penelitian ini ditemukan bahwa masyarakat sering mengonsumsi alkohol/bir ataupun tuak (moke) hanya pada saat acara tertentu seperti acara pernikahan, acara adat istiadat serta jumlah yang sering dikonsumsi ± 5 sloki/acara.

6. Analisis Hubungan antara Faktor Konsumsi Makanan Berlemak dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Wilayah Puskesmas Seba Kabupaten Sabu Raijua Tahun 2022

Penggunaan makanan berlemak oleh lansia tidak lepas hubungannya pada peningkatan berat badan, yang meningkatkan risiko hipertensi dan dapat menyebabkan penyempitan pembuluh darah akibat meningkatnya lemak yang melekat pada pembuluh darah dan meningkatkan tekanan darah (Imelda, 2020). Menurut temuan penelitian, makan makanan berlemak dan prevalensi hipertensi di kalangan lansia di Puskesmas Seba saling berhubungan. Temuan analisis menunjukkan bahwa orang tua yang makan makanan berlemak memiliki risiko 4,929 kali lipat lebih tinggi terkena hipertensi. Berdasarkan hasil wawancara dengan responden, mereka yang bekerja di wilayah kerja Puskesmas Seba paling sering mengonsumsi gorengan dan santan yang keduanya tinggi lemak. Hal ini disebabkan masyarakat yang tinggal di sekitar wilayah kerja Puskesmas Seba sering makan gorengan dan minum santan bersama kopinya.

Penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dihasilkan oleh Albertho saat tahun 2021 yang mengungkapkan kalau terdapat korelasi diantara makanan dan terjadinya hipertensi. Temuan uji Chi-square dengan teknik koreksi kontinuitas menghasilkan nilai $p = 0,001 < 0,05$. Menurut temuan penyelidikan ini, orang yang mengadopsi perilaku makan yang buruk lebih mungkin menderita hipertensi. Sebuah studi serupa oleh Imelda et al. pada tahun 2020 terungkap bahwa temuan uji Chi-square mendapat nilai $P = 0,010 < 0,05$, yang menunjukkan bahwa memiliki korelasidiantara kejadian hipertensi dengan derajat asupan makanan berlemak.

Menurut hasil observasi dalam penelitian ini diketahui bahwa makanan berlemak yang paling banyak dikonsumsi oleh masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Seba adalah makanan bersantan dan gorengan dengan frekuensi makan lebih dari 3x kali/minggu, hal ini dikarenakan gorengan sering dikonsumsi oleh masyarakat untuk diminum bersamaan dengan kopi dan konsumsi makanan bersantan yang merupakan makanan yang selalu di konsumsi oleh masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Seba.

E. PENUTUP

1. Simpulan

- a. Faktor kebiasaan konsumsi kafein mempunyai korelasi hubungan dengan kejadian hipertensi pada lansia di Wilayah Puskesmas Seba Kabupaten Sabu Raijua Tahun 2022
- b. Faktor obesitas mempunyai korelasi hubungandengan kejadian hipertensi pada lansia di Wilayah Puskesmas Seba Kabupaten Sabu Raijua Tahun 2022
- c. Faktor stres mempunyai korelasi hubungandengan kejadian hipertensi pada lansia di Wilayah Puskesmas Seba Kabupaten Sabu Raijua Tahun 2022
- d. Faktor kebiasaan merokok tidak mempunyai korelasi hubungan dengan kejadian hipertensi pada lansia di Wilayah Puskesmas Seba Kabupaten Sabu Raijua Tahun 2022
- e. Faktor konsumsi alkohol tidakmempunyai korelasi hubungandengan kejadian hipertensi pada lansia di Wilayah Puskesmas Seba Kabupaten Sabu Raijua Tahun 2022
- f. Faktor konsumsi makanan berlemak tidak mempunyai korelasi hubungan dengan kejadian hipertensi pada lansia di Wilayah Puskesmas Seba Kabupaten Sabu Raijua Tahun 2022

2. Saran

- a. Bagi Masyarakat

Untuk mengatur tekanan darah pada lansia, diharapkan masyarakat khususnya yang mengalami atau sedang menderita hipertensi secara rutin mengunjungi fasilitas kesehatan untuk memeriksakan diri atau mengikuti Posyandu senior yang diselenggarakan oleh Puskesmas. Lansia yang mengalami obesitas harus menjaga berat badan yang sehat, mengikuti pola makan, dan paling tidak mengikuti senam geriatri di Posyandu sebulan sekali. Selain itu, lansia yang minum terlalu banyak kopi harus mengurangi asupan hariannya sambil menyeimbangkannya dengan perilaku sehat seperti makan makanan seimbang untuk menurunkan kemungkinan terkena hipertensi.

- b. Bagi Puskesmas Seba

Puskesmas Seba diharapkan terus meningkatkan kualitas pelayanan dan memberikan informasi tentang hipertensi dengan memberikan penyuluhan atau pemasangan leaflet tentang pola hidup sehat bagi penderita atau pasien hipertensi setelah mengetahui temuan penelitian yang telah dilakukan. meningkatkan standar perawatan yang diberikan, seperti dengan mengadakan sesi senam senior secara teratur dan melakukan pemeriksaan tekanan darah setiap bulan untuk menjaga tekanan darah lansia tetap terkendali. Agar petugas posyandu lansia dapat membantu lansia dalam mencegah dan mengurangi faktor risiko hipertensi, seperti menjaga berat badan atau pola makan yang sehat, perlu dilakukan perluasan fungsi petugas di area ini.

c. Bagi Peneliti

Keterbatasan para peneliti menyebabkan beberapa hasil yang tidak sempurna dalam penyelidikan ini. Diharapkan peneliti selanjutnya dapat membuat studi tambahan tentang prevalensi hipertensi dari berbagai aspek dan karakteristik untuk menciptakan studi masa depan. Sangat penting bahwa peneliti masa depan menggunakan metrik atau teknik yang dapat mengurangi atau menghilangkan bias ingatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Angga, Y., & Elon, Y. 2021. Hubungan Kebiasaan Merokok Dengan Tekanan Darah. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 7(1), 124–128. <http://jurnal.htp.ac.idj>
- Akbar, H. 2020. Analisis faktor penyebab terjadinya hipertensi pada masyarakat. *MPPKI* Vol.3 No.1.
- Adam, L. 2019. Determinan hipertensi pada lanjut usia. *Jambura health and sport journal*1(2), 82–89. <http://ejurnal.ung.ac.id>
- Andria, K. 2013. Hubungan antara perilaku olahraga, stress dan pola makan dengan tingkat hipertensi pada lanjut usia di Posyandu Lansia Kelurahan Gebang Putih Kecamatan Sukolilo Kota Surabaya. *Jurnal Promkes* 2013;2(1):111 117.
- Astria, I. 2016. *Hubungan Gaya Hidup dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia*. Yogyakarta: PT Gramedia pustaka Utama.
- Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Kementrian RI. 2021. *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta
- Imelda, I., Sjaaf, F., & PAF, T. P. (2020). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi pada lansia di puskesmas air dingin lubuk minturun. *Health and Medical Journal*, 2(2), 68-77.
- Kartika, M., Subakir, S., & Mirsiyanto, E. (2021). Faktor-Faktor Risiko Yang Berhubungan Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Rawang Kota Sungai Penuh Tahun 2020. *Jurnal Kesmas Jambi*, 5(1), 1-9.
- Kemenkes RI. 2014. *Infodatin Hipertensi*. Jakarta: Pusat Data dan Informasi
- Korneliani, K., & Meida, D. (2012). Obesitas dan stress dengan kejadian hipertensi. *KEMAS: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(2), 117-121.
- Kurniati, N., dkk, 2014. *Stop Diabetes Hipertensi Kolesterol Tinggi Jantung Koroner*. Yogyakarta: PT Gramedia pustaka Utama.
- Lasianjani, T., Martini, S. 2014. Hubungan Antara Obesitas dan Perilaku Merokok Terhadap Kejadian Hipertensi. *Jurnal Berkala Epidemiologi*, Vol. 2, No. 3 September 2014: 286–296.
- Memah, M., Kandou, G. D., & Nelwan, J. E. (2019). Hubungan antara kebiasaan merokok dan konsumsi alkohol dengan kejadian hipertensi di Puskesmas Kombi Kecamatan Kombi Kabupaten Minahasa. *KESMAS*, 8(1).
- Miha, M., dkk. 2019. Hubungan Riwayat Mengonsumsi Alkohol Dengan Hipertensi Di Puskesmas Sikumana Kota Kupang. *CHM-K applied scientific journal* 2(1), 19–28.

- Merryana, dkk. 2012. *Peranan Gizi Dalam Siklus Kehidupan*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Notoatmodjo, S. 2018. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Oktaviani, R. 2020. *Hubungan Dukungan Keluarga dengan Stres Pada Penderita Hipertensi*. Skripsi, UIN Sultan Syarif Kasim, Fakultas Psikologi, Riau.
- P2PTM Kemenkes RI. 2019. *Hari hipertensi dunia 2019: "know your number, kendalikan tekanan darahmu dengan CERDIK."* Diakses dari <http://p2ptm.kemendes.go.id>
- Pikir, Budi S, Dkk, 2015. *Hipertensi. Manajemen Komprehensif*. Surabaya: Airlangga University Press.
- Prasetyaningrum, Y. 2014. *Hipertensi bukan untuk ditakuti*, Fmedia (Imprint Agro Media Pustaka), Jakarta.
- Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI. 2014. *Infodatin Hipertensi*. Jakarta Selatan
- Qurotul, A. 2021. *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Hipertensi Pada Lansia (> 60 Tahun) Di Puskesmas Sukajadi Tahun 2021*. (Doctoral dissertation, STIK Bina Husada Palembang).